

# Guía Sobre Como Hablar con sus Hijos Sobre la Sexualidad

Hablar con sus hijos/hijas sobre la sexualidad puede ser difícil, especialmente cuando usted no esta segura sobre que necesitan saber, cuando lo necesitan saber, ni como decirles. Puede ser que usted necesitará evaluar sus propios valores sobre el sexo y la sexualidad, leer alguna información, hablar con amigos, e incluso practicar lo que va a decir y como decirlo. Puede también anticipar preguntas que sus hijos puedan hacer, tratar de determinar como se siente usted sobre el tema y decidir que tipo de mensajes quiere darle usted a sus hijos/hijas.

Al llegar a sentirse más comodo, usted quisas se preguntará que es la información correcta para la edad de sus hijos. La educación sobre la sexualidad debe ocurrir toda la vida, y hay niveles apropiados de información y educación sobre la sexualidad para cada etapa del desarrollo de su hijo/hija. Un niño de cuatro años necesita mucho menos información para satisfacer su curiosidad que un adolescente. Un adolescente tiene la habilidad de entender y necesita mucho más información sobre la sexualidad para poder hacer decisiones saludables.

La guía que sigue le proveera con temas para discutir con su hijo/hija, sobre la sexualidad, en cada etapa de su desarrollo. Los jovenes necesitan información, apoyo, y habilidades para poder tomar decisiones saludables. Comiense la conversación hoy!



## Juventud Mediano Edades 5-8 Primeros Años Escolares



- ☐ En esta etapa los jovenes comiendan a desarrollar sentimientos positivos y negativos sobre sus propios cuerpos y sobre los cuerpos de otros.
- ☐ Reenfuerze que el cuerpo humano viene en diferentes tamaños y colores y que el cuerpo de cada persona cambia al crecer.
- ☐ A esta edad, algunos niños/niñas oyen de sus amigos o atraves de la televisión sobre enfermedades transmitidos por el sexo, el VIH/SIDA, el embarazo o otros temas.
- ☐ Usted debe reenforsar nombres correctos, por ejemplo que niñas y mujeres tienen vulva, vagina, matris y ovarios, y que niños y hombres tienen pene, escroto y testiculos.
- ☐ Los niños deben saber como se embaraza una mujer: que hombres y mujeres tienen organos reproductivos que les permitan tener niños, y que la reproducción requiere un hombre y una mujer.
- ☐ Reproducción ocurre por el sexo es cuando un hombre pone el pene adentro de la vagina de la mujer.
- ☐ Deben saber que un hombre no se puede embarazar.
- ☐ Explicales como crece el feto adentro del cuerpo de la mujer. Que el bebé crece adentro del utero de la mujer y que usualmente los bebes nacen por la vagina.
- ☐ Use su propia experiencia como padre para ayudar a enseñarle a sus hijos.
- ☐ Sigue hablando con sus hijos/hijas aun si ellos no esta haciendo preguntas.

